



Esenciales: hojas informativas de fácil lectura

¿Qué es el fenómeno de Raynaud?

El fenómeno de Raynaud es una enfermedad que afecta los vasos sanguíneos, sobre todo los de los dedos de las manos y los pies, y que hace que los vasos sanguíneos se contraigan cuando la persona siente:

- frío,
- estrés.

Existen dos formas de fenómeno de Raynaud: primaria y secundaria. El fenómeno de Raynaud *primario* aparece por sí solo. El fenómeno de Raynaud *secundario* aparece junto con algún otro padecimiento.

¿Quién padece del fenómeno de Raynaud?

El fenómeno de Raynaud puede afectar a personas de cualquier edad. Es posible que sea hereditario, pero hace falta hacer más investigaciones al respecto.

La forma primaria es la más común. Casi siempre comienza entre las edades de 15 y 25 años y aparece con más frecuencia en las:

- mujeres,
- personas que viven en lugares fríos.

La forma secundaria suele aparecer a partir de los 35 a 40 años. Es más común entre las personas con enfermedades del tejido conjuntivo, tales como esclerodermia, síndrome de Sjögren y lupus. Otras causas son:

- síndrome del túnel carpiano, que afecta los nervios de las muñecas,
- enfermedad de los vasos sanguíneos,
- algunos medicamentos para la hipertensión, la migraña o el cáncer,
- algunos medicamentos de venta sin receta,
- algunos narcóticos.

Departamento de Salud y
Servicios
Humanos de los EE.UU.
Servicio de Salud Pública

Instituto Nacional de
Artritis y Enfermedades
Musculares y de la Piel
Institutos Nacionales
de la Salud
1 AMS Circle
Bethesda, MD 20892-3675

Teléfono: 301-495-4484
Llame gratis: 877-22-NIAMS
TTY: 301-565-2966
Fax: 301-718-6366
Correo electrónico:
NIAMSinfo@mail.nih.gov
Sitio web: www.niams.nih.gov



Instituto Nacional de
Artritis y Enfermedades
Musculares y de la Piel

Algunas ocupaciones podrían aumentar el riesgo de la forma secundaria de la enfermedad, entre éstas:

- trabajos en contacto con algunos agentes químicos,
- trabajos en los que se utilizan herramientas que provocan vibración, como el martillo neumático.

¿Cuáles son los síntomas?

El cuerpo envía menos sangre a la piel para mantenerse caliente cuando siente frío. Para hacer esto, los vasos sanguíneos se estrechan.

Esta reacción natural al frío o al estrés es más fuerte en personas que padecen del fenómeno de Raynaud. Los vasos sanguíneos se estrechan más y más rápidamente que en casos normales. Esto se conoce como "episodio".

Durante un episodio, los dedos de las manos y los pies cambian de color. Pueden pasar del blanco al azul y después al rojo. También se pueden sentir fríos y entumecidos por la falta de circulación. Una vez acaba el episodio y la sangre vuelve a su flujo normal, puede sentir un dolor pulsante u hormigueo en los dedos. Cuando el cuerpo vuelve a estar tibio, la sangre comienza a circular normalmente en unos 15 minutos.

¿Cuál es la diferencia entre la forma primaria y la forma secundaria del fenómeno de Raynaud?

Por lo general los episodios del fenómeno de Raynaud primario son tan leves que las personas no van al médico.

El fenómeno de Raynaud secundario es más grave y complejo y lo causan otras enfermedades que impiden que la sangre llegue a los dedos de las manos y los pies.

¿Cómo se hace el diagnóstico del fenómeno de Raynaud?

Es bastante sencillo diagnosticar el fenómeno de Raynaud, pero es más difícil determinar si la persona padece de la forma primaria o secundaria de esta enfermedad.

Los médicos harán el diagnóstico a partir de sus antecedentes médicos, un reconocimiento y análisis de laboratorio. Algunos análisis posibles son:

- análisis de sangre,
- examinar el tejido de las uñas bajo el microscopio.

¿Cuál es el tratamiento para el fenómeno de Raynaud?

Las metas del tratamiento incluyen:

- reducir la cantidad de episodios,
- hacer que los episodios sean menos fuertes,
- prevenir daños al tejido,
- prevenir la pérdida de tejido de los dedos de manos y pies.

El fenómeno de Raynaud primario no causa daño al tejido. Por esto primero se intenta usar tratamientos sin medicamentos. El tratamiento con medicamentos es más común en el caso del fenómeno de Raynaud secundario.

Los casos graves de Raynaud podrían causar úlceras o gangrena (muerte del tejido) en los dedos de manos y pies. Estos casos pueden ser muy dolorosos y difíciles de tratar. La cirugía se podría utilizar en los casos más graves que causen úlceras de la piel y daño serio a los tejidos.

Tratamientos sin medicamentos y otras recomendaciones

Para disminuir la duración e intensidad de los episodios:

- mantenga las manos y los pies secos y calientes,
- caliéntese las manos y los pies con agua tibia,
- evite el aire acondicionado,
- use guantes cuando toque comidas frías o congeladas,
- vista varias capas de ropa holgada y póngase un sombrero cuando haga frío,
- consulte con el médico antes de hacer ejercicio al aire libre cuando hace frío,
- no fume,
- evite los medicamentos que empeoran los síntomas,
- controle el estrés,
- haga ejercicio con regularidad.

Visite al médico si

- le preocupan los episodios,
- tiene preguntas sobre cómo cuidarse,
- sufre episodios en un solo lado del cuerpo,
- tiene llagas o úlceras en los dedos de las manos o los pies.

Tratamiento con medicamentos

Con frecuencia, las personas que padecen del fenómeno de Raynaud secundario reciben tratamiento con:

- medicamentos para la presión arterial,
- medicamentos que relajan los vasos sanguíneos. Uno de estos medicamentos se puede aplicar en los dedos de las manos para curar las úlceras.

Si la circulación no se restablece y corre riesgo de perder un dedo, necesitará tomar otros medicamentos.

Las mujeres embarazadas no deben tomar estos medicamentos. Algunas veces el fenómeno de Raynaud se alivia o desaparece con el embarazo.

¿Qué investigaciones se están llevando a cabo para ayudar a las personas que padecen del fenómeno de Raynaud?

En la actualidad, se están llevando a cabo investigaciones sobre:

- nuevas formas de detectar y tratar el problema,
- nuevos medicamentos para mejorar la circulación,
- suplementos y tratamientos con hierbas. *Sin embargo, en la mayoría de las investigaciones se ha encontrado que estos no son eficaces,*
- las causas del fenómeno.

Para más información acerca del fenómeno de Raynaud y otras enfermedades relacionadas, comuníquese con el:

Centro Nacional de Distribución de Información del Instituto Nacional de Artritis y Enfermedades Musculoesqueléticas y de la Piel (NIAMS, por sus siglas en inglés)

Institutos Nacionales de la Salud (NIH, por sus siglas en inglés)

1 AMS Circle

Bethesda, MD 20892-3675

Teléfono: 301-495-4484

Llame gratis: 877-22-NIAMS (877-226-4267)

TTY: 301-565-2966

Fax: 301-718-6366

Correo electrónico: NIAMSinfo@mail.nih.gov

Sitio web: www.niams.nih.gov

Para su información

En esta publicación puede encontrar información sobre los medicamentos que se usan para tratar la enfermedad aquí mencionada. Hemos brindado la información más actualizada disponible al momento de su desarrollo. Es posible que desde entonces haya surgido más información sobre estos medicamentos.

Para obtener la información más actualizada o para hacer preguntas sobre cualquiera de los medicamentos que está tomando, llame gratis a la Administración de Drogas y Alimentos (FDA, por sus siglas en inglés) de los Estados Unidos al 888-INFO-FDA (888-463-6332) o visite el sitio web: www.fda.gov. Si desea información adicional sobre medicamentos específicos, visite Drugs@FDA en www.accessdata.fda.gov/scripts/cder/drugsatfda. Drugs@FDA es un catálogo dónde puede hacer una búsqueda para los medicamentos aprobados por la FDA.